Consigli per premunirsi dal Cholera-Morbus.

Quando una malattia contagioso-epidemica minaccia d'invadere una regione, è ben naturale che gli abitanti chieggano alle persone dell'arte una conveniente istruzione circa il modo da evitarla, o di attemperarne l'intensità. Questa giustissima dimanda potrebbe venire agevolmente appagata riguardo al cholera indiano, pel quale dottissimi uomini di varie parti della terra han tanto scritto da formarne intere e vaste biblioteche. Ad onta di ciò io reputo rendere utile servizio al mio paese scrivendo pochi consigli d'igiene privata per antivenire sì funesta infermità, ed a ciò fare mi spinge la considerazione che i precetti debbono essere adattati alle condizioni topografiche dei paesi, e che quanto si è scritto per altre regioni potrebbe essere per noi pregiudizievole, o almeno inutile, e solo proprio ad inspirare una fidanza ingannatrice. Nel dare questi brevi consigli adatti alla nostra *località* mi avvarrò di quanto si è osservato nelle principali città di Europa ove si è sviluppato il cholera, e delle poche cognizioni che potei personalmente acquistarne in Parigi, ove mi trovava nella terza riesacerbazione della malattia in agosto e settembre 1833. Dividerò questi precetti secondo i principali agenti che sostengono la nostra vita e modificano il nostro organismo.

§. 1.° Aria. Il corso tenuto finora dal cholera mostra evidentemente poter esso facilmente divenire epidemico quante volte particolari condizioni atmosferiche ne favoriscano la diffusione. La intemperanza del nostro clima sembra esser quindi una condizione capace ad alimentare il morbo. Soprattutto al cader dell'està e principio d autunno il calore del giorno non è proporzionato al fresco delle ore notturne, ordinariamente rattemperate da

la brezza marina. Ecco perchè fra noi queste cagioni rendono frequenti gl' infreddamenti, ed i catarri, precipuamente gastrici, che presentansi sotto forma di diarree, o anche di dissenterie, soprattutto quando a questa cagione comune si congiunge la malproprietà, l' abitazione malsana, e l' intemperanza. Prima cura sarà quindi quella di evitare ogn' influenza di questa condizione atmosferica, proccurando di non esporsi riscaldato all' aria fresca e ventilata, di non uscir di sera o di notte senza le debite precauzioni, e di premunirsi attentamente delle rapide vicissitudini della nostra atmosfera. Le costipazioni sono più pericolose se succedono a moti violenti e disordinati.

§. 2.° Abiti. Il calore del nostro suolo ne invita in alcune ore del giorno a svestirci per ricercare alleggiamento alla soverchia arsura. I capricci della moda vengono ad aggiungere nuove irregolarità a questa condizione di clima. Ma è d' uopo convincersi della necessità di tenere il corpo ben vestito e traspirante, e proccurare scrupolosamente di favorire la funzione secretoria della pelle. Ciò, nondimeno, deve regolarsi secondo il particolare temperamento ed abitudine. L' uso della flanella nel verno è quasi indispensabile. Le parti che debbono maggiormente cautelarsi sono il petto, i reni, la regione epigastrica, ed i piedi. Un giubbetto di lana che abbracci l' intero tronco è un ottimo preservativo. Ciò però debbe evitarsi nelle stagioni calorose: col soffogarsi con abiti pesanti e grevi, soprattutto i giovani, e quei di temperamento sanguigno e bilioso, favoriscono un riscaldamento morboso che potrebbe divenir cagione di più grave malattia.

Condizione indispensabile per tutti è la nettezza negli abiti. Le camicie sieno di lino e frequentemente ricambiate.

§. 3.° Vitto. Le persone temperanti, sobrie ed avvezze a far uso di cibi sani, non facciano alcun cambiamento, e proseguano fiduciose nel loro sistema. Evitino gli altri l' abuso delle frutta, delle quali soprabbonda il nostro suolo. Se queste sono immature, o ridotte artifizialmente a maturità, sono da reputarsi quasi velenose. Se mature, mangiate abbondevolmente, rilasciano gli organi digestivi e favoriscono le egestioni. Sane sono quelle giunte naturalmente a perfetta maturità ed usate con discretezza. Si evitino altresì tutt' i vegetabili crudi, ed i legumi non ben cotti o mal maturi. Siano le carni ed i pesci, fresci, e ben condizionati: è prudenza evitare le une e gli altri allorchè son salati. I cibi grassi ed oliosi non sono sani. Per buon nutrimento, dice l'Accademia Reale di Medicina di Parigi, bisogna combinare in giuste proporzioni le sostanze animali con le vegetabili, e ciò in ragione delle abitudini, della località e della tolleranza individuale. Sempre dannosi sono la crapula, gli stravizzi, le gozzoviglie notturne, ed una vita disordinata. I cibi in generale sieno semplici, e parchi. Buona pasta, il riso, buone carni di vacca, di vitello, di pollo, ec. erbaggi ben cotti, e tutto condito con semplicità, senza aromi, ec. formino la base del vitto.

Si eviti il pane formato di farine guaste o muffate, e si badi che sia ben fermentato e ben cotto, che non sia misto alla schiuma di sapone, alla fondiglia della birra, all' allume, e soprattutto all' acetato di rame, per migliorane l' apparenza.

Non si faccia uso di carne di majale che nelle sole stagioni opportune e molto discretamente. Nell' està si fuggano il mitilo degli stagni, le ostriche, la spera, le sconciglio reale, il truncolo, ec. che fra noi son velenosi in tale stagione.

§. 4.° Bevande. L'abuso de'liquori spiritosi, pericolo-

so in ogni tempo, è con certezza dannoso nelle malattie epidemiche, ed esso solo favorisce lo sviluppamento del cholera. Si evitino più di tutto i vini che dan sospetto di essere misturati, e più quei che diconsi abboccati. Si beva del vino puro discretamente, col cibo; la migliore bevanda è l' acqua arrossata dal vino. I vini nuovi sono sempre dannosi, come lo è singolarmente la birra, e i rosoli e le acquavite.

Si badi che le acque sieno sane e pure. Dannose sono le così dette *salimastre*, e quelle poco mosse, o attinte da serbatoi impuri. Si bevano acidulate e fresche, ma non ghiacciate come per malinteso costume suol farsi fra noi. Queste convengono nel solo caso che si soffra un certo riscaldamento generale, senza trovarsi con la pelle traspirante. Il bere sulle strade, come è costume del nostro popolo, non è utile per la salute. Uopo è ancora prevenire il danno che deriva dall'abuso delle acque minerali, delle quali si abbeverano nell' està gli abitanti della città nostra. Una ben regolata prescrizione medica ne dovrebbe determinare l' uso: al pari di ogni rimedio non convengono esse in tutt'i casi, e sono dannose quando non possono essere utili. Bevute abbondantemente rilasciano i visceri, e più facilmente sopravvengono i flussi ventrali.

§. 5. Nettezza nelle abitazioni. In tutt'i luoghi ove si è sviluppato il cholera, i quartieri malsani, ed i poveri in case strette e malproprie, ne furono attaccati i primi. Al pari di ogni altra malattia contagioso-epidemica predilige quei che vivono in mezzo alle lordure, ed alle esalazioni putride che ne risultano. Sieno le strade ben ripulite dalle immondezze; bene spazzati i cortili e le abitazioni; si sgombrino dagli animali domestici non indispensabili alla vita; si mantengano ben ventilate; si badi al corso delle acque impure ed ai cessi; si dipingano o

almeno s' imbianchino le mura sudici. Nettissimo sia il letto, e se ne rinnovi spesso la biancheria, e si tolgano dalla casa gli avanzi della cucina, i cenci, ed ogni specie d' impurità.

Bisogna evitare accuratamente i luoghi ove affluisce molta gente. I siti affollati sono generalmente malsani.

§. 6.° Passioni. L'esperienza ha mostrato che il cholera attacca con predilezione quei che sono agitati nell' animo, o per il timore del morbo, o per qualunque altro turbamento morale. Esso ha proceduto compagno delle guerre, e delle sommosse, ed ha spiegato una deplorabile intensità sui popoli abbattuti da qualsivoglia sventura. Questa considerazione basta a far valutare quanto è importante di farsi guidare dalla saviezza e dalla ragione. Una quiescenza per la fiducia nella Provvidenza, nelle misure adottate dall' Amministrazione, e nella saggia igiene privata, è il migliore espediente per un male che persegue il pusillanime che lo paventa, e si allontana dall' intrepido che lo sprezza.

§. 7.° Moto e quiete. Il movimento eccessivo e disordinato, al pari che le fatiche superiori alle forze ed alle abitudini sono egualmente dannosi.

§. 8.° Mezzi preservativi particolari. Vari se ne sono commendati in vari luoghi della terra, ma avendo consigliato su di ciò i più dotti e più sperimentati medici di Parigi, questi unanimamente mi assicuravano che non ve ne sia alcuno. La canfora, gli aceti ed i clorurì sono stati inutili o dannosi. Questi ultimi giovano soltanto negli Ospedali, nelle carceri, dove si affolla molta gente, per purificare le latrine, ed i luoghi ove sviluppansi putride emanazioni. Basta in questi casi porre in un vaso di porcellana, di terraglia o di vetro, un oncia di clorurо di calce polverato con sei libbre di acqua, ed

agitare spesso spesso la miscela, ed usarlo in modo da non provarne danno nella respirazione. È utile di lavare spesso le mani e gli oggetti tutti con l'aceto clorurato, o con una debole soluzione di cloruro di calce, ed anche di lavarne le mura ed il pavimento delle stanze, ove sono stati colerici.

Durante l'epidemia non bisogna uscir di casa digiuno, evitare la folla ed ogni contatto con gl' infermi, a meno che non si usi massima cautela. Frizioni secche o aromatiche, qualche bagno leggiermente eccitante, ed un discreto esercizio diretto a favorire la traspirazione cutanea, sono i migliori espedienti.

Nel caso poi si ha la sventura di trovarsi sotto la influenza morbo, è necessario regolarsi nel modo seguente:

I sintomi per i quali si manifesta la semplice influenza epidemica consistono in quei che costituiscono un disordine nelle funzioni digestive. Quindi un malessere generale un senso vertiginoso, con pesantezza nella testa, un languore che si avanza fino agli svenimenti ed alla sincope, sbigottimento nello spirito, segni di flatulenze nei visceri addominali, con oppressione dolorosa nella regione dello stomaco, accompagnata da inappetenza, da una specie di pienezza nauseosa, talora con leggiera diarrea e con istiramenti dolorosi che sembrano partir dall'addome e diffondersi agli arti inferiori.

In grado più avanzato si avverte una stanchezza, una oppressione insolita delle forze muscolari, cefalalgie intense, insonnio, crampi negli arti superiori e negli inferiori, talora il vomito o la diarrea sola, tal altra fiata l'uno e l'altra contemporaneamente, qualche volta ancora costipazione con ansietà, peso ed ardore dalla regione dello stomaco infino alla gola, con bocca secca e pastosa, con polso piccolo molle debole, e con urina scarsa densa e rubiconda.

Infine in un grado avanzatissimo, talvolta preceduto dagl' indicati segni, altrevolte istantaneo apparisce il raffreddamento del corpo intero, e specialmente delle estremità, una colorazione azzurra del corpo, più evidente sotto l' orbita; la figura cadaverica, cave le occhiaje e quasi impietriti gli occhi; un apparenza filiginosa delpalpebre e dell' interno delle narici, e le guance infossate; la lingua è fredda e bianco violacea, anelante ed appena percettibile il respiro, interrotta e lamentevole la voce; il polso impercettibile o mancante, oscurissimi i moti del cuore, frequenti svenimenti e lipotimie precedute da contrazioni istantanee involontarie e dolorose degli arti, e talora dei muscoli addominali e toracici. Sopprimonsi le urine, mentre continui e frequenti sono i vomiti e le dejezioni alvine di una materia liquida, biancastra, spesso ancora rossigna, e mista a fiocchi albuminosi (1).

In qualunque di queste circostanze è d'uopo persuadersi che l' unica speranza si deve riporre nella istantaneità dei soccorsi. Si faccia quindi immediatamente chiamare una persona dell' arte, ma finchè questa arriva, si procuri di rianimare le forze della vita, e di riscaldare la superficie del corpo. Si dia internamente qualche goccia di etere, o di liquore anodino sullo zuccaro, qualche goccia di spirito di menta, o di tintura di rousseau nell' acqua zuccherata, o meglio nel decotto di camomilla o di fiori di tiglio; qualche cucchiajata di

(1) Nello stabilire i segni di queste tre gradazioni del cholera nel suo sviluppamento, mi sono limitato a quei più chiari e caratteristici, giacchè questi consigli sono diretti ai non medici, nè qui intendeva di fare un trattato della malattia.

sciroppo di etere, o infine un mezzo granello d'ipecacuana, altrettanto di oppio, con otto granelli di gommarabica, in un poco di zuccaro polverato, soprabevendovi una tazza di caldo decotto di camomilla, e ripetendo la dose ogni due a tre ore. Se i vomiti sono intensi e frequenti per frenarli si sorbisce qualche poco di limonata fresca, o si tiene in bocca qualche pezzo di gomma o si dà l'anti-emetico di Riverio, composto di granelli 20 di sale di tartaro alcalino, di once tre di acqua, di mezz'oncia di zuccaro, e di tre once di sugo di limone. Intanto all'esterno si fanno delle frizioni di alcoole, o di essenza di trementina, o di alcool canforato, o di acqua della regina, di tintura di succino, ec. per calmare i dolori, e si procura di riscaldare il corpo passandovi sopra un ferro da stirare riscaldato, dei senapismi nelle estremità, le frizioni con flanella ben calda, ed anche i bagni aromatici e spiritosi caldi, asciugando dopo attentamente il corpo, e rimettendolo in letto riscaldato. Tutto questo si praticherà fino all'arrivo del medico, giacchè essendone svariato il trattamento, e secondo la differenza dei casi, è d'uopo che sia esso regolato dalle persone dell'arte.

S. de Renzi.